

ABSTRAK

Terdapat kejadian insomnia pada lansia usia 60-85 tahun di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya, yaitu 6 dari 10 lansia mengeluh insomnia. Lansia beresiko tinggi mengalami insomnia akibat berbagai faktor, salah satunya yaitu kecemasan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia usia 60-85 tahun.

Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang berusia 60-85 tahun yang tidak mengalami demensia dan kooperatif. Besar sampel 23 responden diambil secara *simple random sampling*. Variabel independen tingkat kecemasan lansia dan variabel dependen kejadian insomnia pada lansia. Data diambil menggunakan *check list* dan dianalisis menggunakan uji statistik *Exact Fisher*.

Hasil penelitian menunjukkan hampir setengahnya (43,5%) responden mengalami kecemasan, dan sebagian besar (65,2%) responden mengalami insomnia. Hasil uji statistik nilai $\rho = 0,003 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia usia 60-85 tahun.

Simpulan penelitian adalah semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin banyak pula lansia yang mengalami insomnia. Diharapkan petugas panti dapat mengetahui dan memberikan latihan atau teknik relaksasi yang tepat sehingga menurunkan angka kejadian insomnia.

Kata kunci : Tingkat kecemasan lansia, kejadian insomnia.